इन्हीं बातों को ध्यान से रखते हुए अपने अन्तःकरण की आज्ञानुसार सर्व साधारण को लाभ पहुँचाने की दृष्टि से माला का द्वितीय पुष्प "मिट्टी सभी रोगों की रामबाण दवा है" नामक पुस्तक पाठकों की सेवा में अर्पण कर रहा हूँ। आशा है पाठक इसे पढ़कर परीक्षा करेंगे और स्वयं अपने रोग व पीड़ाएँ दूर करके औरों को लाभ पहुँचावेंगे।

इस पुस्तक में विस्तारपूर्वक यह दिखाया गया है कि विधि-पूर्वक मिट्टी के उपचारों से (उचित आहार-विहार के साथ) संसार के सभी रोग मिटाए जा सकते हैं और ९० फ़ी सदी पीड़ाओं व रोगों में चीर-फाड़ व काटा-कूटी दूर की जा सकती है। क्या ही अच्छा हो रोगी समाज मिट्टी जैसी सुलभ, सस्ती, और अचूक स्वाभाविक औषधि से लाभ उठावे। अन्त में ईश्वर से प्रार्थना है कि यह छोटीसी पुस्तक हर एक दुःखी मनुष्य का दुःख दूर करे तभी मैं अपने परिश्रम को सफल समझूंगा।

मिट्टी चिकित्सा का दूसरा संस्करण पाठकों के सामने है। इसके बिक जाने के बाद तीसरा संस्करण सचित्र प्रकाशित किया जायगा—आशा है पाठक निष्पक्ष भाव से निःसंकोच होकर मिट्टी के अद्भुत रोगनाशक प्रयोगों को आजमावेंगे...

पौष कृष्णा १
सं० १९९५

युगलकिशोर चौधरी
नीम का थाना

मिट्टी
सभी रोगों की रामबाण औषधि है

मनुष्य थल-चर प्राणी है। उसकी शरीर-रचना इसी प्रकार की है कि वह रात-दिन पृथ्वी पर ही रहता है खाते-पीते सोते-चलते हर समय भूमि पर ही रहना पड़ता है। कहा है—"खाक का पुतला बना और खाक में मिल जायगा"। जिस प्रकार मछली पानी के बिना जी नहीं सकती, उसी प्रकार मानव शरीर भी भूमि से दूर रह कर जीवित नहीं रह सकता। इससे यह भी सिद्ध हुआ कि पृथ्वी का संयोग हर हालत में मनुष्य शरीर के लिये उपयोगी है। आज इस पुस्तक में मैं यह दिखाने की कोशिश करूँगा कि पृथ्वी (मिट्टी) शरीर के लिए कैसी उपयोगी वस्तु है और यह भी कि केवल मिट्टी के विधिपूर्वक उपचारों द्वारा संसार के लगभग सभी भयंकर रोग भी दूर किए जा सकते हैं।

चूंकि पृथ्वी (मिट्टी) हमारे शरीर का एक तत्त्व है, इसलिए सभी प्रकार के घाव, चर्म रोग, आदि के लिए गीली मिट्टी ही एक मात्र सच्ची व स्वाभाविक दवा है। इसके अतिरिक्त अन्य सभी मरहम लेप आदि झूंटे व हानिकर हैं और उनसे कभी हमारे शरीर का सच्चा हित नहीं हो सकता। शरीर को जितना लाभ अपने तत्व से हो सकता है, उतना दूसरे से नहीं हो सकता।

हमारे भारतवर्ष में जंगली जातियां सदा ही घाव चर्म-

रोगों में गीली मिट्टी लगाते हैं और इससे उन्हें आश्चर्यजनक लाभ होता है। जो लोग कभी इन लोगों के पास रहे हों उन्हें मेरे कथन की सचाई भली भांति सिद्ध हो जायगी। शिकारियों से सुना है कि जंगली सुअर गोली खाकर तुरंत कीचड़ की शरण लेता है और उसमें खूब लोटता है। इस प्रकार गीली चिकनी मिट्टी उसके घाव के चौतरफ़ लग जाती है और घाव के ठीक अन्दर भी भर जाती है। मिट्टी के अद्भुत गुणों के कारण सुअर का घाव दो तीन रोज में अच्छा हो जाता है और गोली भी खाल के अन्दर से बाहर आ जाती है। यह प्रयोग वह जानवर अन्तःकरण की प्रेरणा से करता है और शीघ्र अच्छा होजाता है। क्या यह स्वाभाविक चिकित्सा बड़े-बड़े सिविल-सर्जन व डाक्टरों को आश्चर्य में नहीं डालेगी ? इसके सिवा अन्य पशु भी चोटों व घावों पर मिट्टी लगाते हैं। खास कर ऐसा देखा गया है कि हाथी को जब चोट या जख्म हो जाते हैं तो वह अपनी लार से ही मिट्टी को गीली कर लेता है और उसे घावों और चोटों पर लगा कर फौरन अच्छा कर लेता है। दूसरी किसी भी दवा से ऐसा जल्दी लाभ नहीं हो सकता। हमारे देश में अज्ञानवश लोग ऊंट व घोड़े आदि के घाव, चोट, दर्द आदि की चिकित्सा में बड़ी भूलें करते हैं और इनका परिणाम यह होता है कि बेचारे ग़रीब जानवर बहुत कष्ट पाते हैं और बहुत से मर भी जाते हैं। यदि डाह देने, सेकने व झूंठे लेप करने के बजाय अलौकिक व सुलभ गीली मिट्टी का प्रयोग किया जाय तो आश्चर्यजनक लाभ हो सकता है।

प्रकृति की ओर लौटने से जो अद्भुत लाभ होंगे उनमें

मिट्टी का प्रयोग बड़ा ही आश्चर्यजनक सफलता दिखानेवाली चीज होगी। इसके द्वारा संसार के अनेक रोग, व्याधियाँ, पीड़ाएँ आनन-फानन में मिटाई जा सकेंगी और अनेक दुःखी, दीन रोगियों के प्राण भी बचाए जा सकेंगे और लाखों को लंगड़ा, लूला, खोड़ा, एक हाथ वाला व अंग-भंग होने से बचाया जा सकेगा।

अनुभव ने सिद्ध कर दिया है कि मिट्टी के उपचारों से सभी प्रकार के घाव, और घावों की भयानक सूजन व पीड़ाएँ, और उनसे होने वाली बुखार व समस्त प्रकार के चर्म-रोग अति शीघ्र अच्छे हो गये और भय का लेश भी नहीं रहा। आज जितने प्रकार की चीर-फाड़, काटा-फांसी चल रही है वह सभी हटाई जा सकती है और वे सभी कार्य जिन्हें आपरेशन के बिना लोग असंभव समझते हैं, मिट्टी के उपचारों द्वारा निश्चयपूर्वक किए जा सकते हैं और इस प्रकार अगणित कष्ट और बुराइयाँ व खर्च जो ऑपरेशनों में उठाने पड़ते हैं, उनसे बच सकते हैं।

गीली मिट्टी से सभी प्रकार के घाव व चर्मरोग इतनी जल्दी अच्छे होते हैं और इतनी आसानी से विना कष्ट के मिटते हैं कि आश्चर्य हुए बिना नहीं रहता। सच पूछा जाय तो गीली मिट्टी से घाव, चर्मरोग, दर्द, पीड़ा आदि मिटाना बाएँ हाथ का खेल है। लड़ाई-झगड़े व मार-पीट के समय मिट्टी के उपचार बड़े महत्त्व के सिद्ध होंगे। परीक्षा ने इसे सिद्ध कर दिया है। हर प्रकार की खाल की खराबी, काटने, भोंकने आदि, गोली के घावों में आग से जल जाने पर और हर प्रकार के फोड़े-फुन्सी व हर प्रकार की सूजन में, बिच्छू ततैया व अन्य ज़हरीले जानवर काटने में,

खूनखराबी, सभी चर्म-रोग, पेट के फोड़े, मुस, अदीठ, रसौली, कोढ़, लहसन, दाद आदि में व हड्डियां टूट जाने में भिन्न-भिन्न प्रकार से विधिपूर्वक पीड़ा रोग के स्थान पर गीली मिट्टी या गीली चिकनी मिटट्टी लगाकर पट्टी बांधनी चाहिए।

मिट्टी को गीली करने में ताजा या ठंडा पानी ही मिलाना चाहिये। थूंक या लार से भी मिट्टी गीली की जा सकती है। और कोई चीज नहीं मिलानी चाहिए। मिट्टी के लगते ही बड़ी भारी ठंडक और शान्ति मिलेगी और उससे जो अकथनीय लाभ होगा वह विस्मय में डाल देगा। मिट्टी ! ओह मिट्टी ! ! आज दुनियां में कितने ऐसे लोग हैं जिन्हें मिट्टी के आश्चर्यजनक रोग-निवारक अलौकिक गुणों का पता है ? बहुतेरे इसे व्यर्थ व हानिकर समझ कर इससे दूर रहते हैं।

मिट्टी की पट्टी किस तरह बनती है ?

साफ़ चिकनी मिट्टी या सादा मिट्टी लो और उसे पीस कर छान लो। फिर मिट्टी या काच के बर्तन में डालकर ठंडे पानी में भिगोदो। खूब भीग जाने पर मिला लो। कंकर, काँटा या गंदगी हरगिज़ न रहे। फिर गीली मिट्टी को ठीक घाव या पीड़ा के स्थान पर रखो। मिट्टी घाव के अन्दर भी भरी जानी चाहिए और चौतरफ या ऊपर भी खूब लगाई जावे। करीब एक-एक अंगुल दल ऊपर रहना चाहिए, कम नहीं लगाना चाहिए। फिर साफ़ पतली नई मलमल का चौरस कपड़ा कई तह बनाकर गीला करलो और निचोड़ कर मिट्टी के ऊपर रख दो ताकि मिट्टी जगह पर रहे, इधर-उधर न सरके। फिर उसके ऊपर मलमल लट्ठा या ऊन की पट्टी चौतरफ बांध दी जावे। ऊन की पट्टी सिर्फ़ जाड़े में काम में लेना चाहिए गरमी में मलमल की पट्टी ठीक रहती है। पट्टी को इतनी सख़्त कस कर नहीं बांधना चाहिए कि खून का दौरा रुक जावे और न इतनी ढीली बांधी जाय कि आसानी से गिर पड़े। हर एक बुद्धिमान मनुष्य मौक़ा देखकर पट्टी इस तरह बांधे कि मिट्टी खसके नहीं और कष्ट भी न हो। आजकल लोग मिट्टी को इतनी साधारण वस्तु समझते हैं कि इसकी तरफ घृणा की दृष्टि से देखते हैं। उनका अशांत पथ-भ्रष्ट मन नाना प्रकार के मरहम व लेपों की खोज करता है जो अनेक प्रकार की वैज्ञानिक रीतियों से तैयार किए जाते हैं, जिनके बनाने में कई प्रकार के औज़ार व सामान जुटाने पड़ते हैं और जो दिखने में सुन्दर

व चमकीले नज़र आते हैं। फिर चाहे ऐसे मरहम, लेप, बाम कितने ही हानिकर हों, चाहे लाभ के बजाय उनसे उल्टी हानि ही क्यों न हो; किन्तु मिट्टी की पट्टी को लोग अपनाने में बड़े हिच-किचाते हैं और भूत की तरह डरते हैं और उसे हानिकर समझ कर दूर भागते हैं; हालांकि मिट्टी बहुत ही सुलभ व सस्ती चीज है और घाव चोट, फोड़े आदि मिटाने में रामबाण दवा है और अत्यन्त शान्ति व सुख के देने वाली प्रिय वस्तु है।

बहुत से लोग मिट्टी से इसलिए डरते हैं कि गीली मिट्टी से घाव आदि में पलम दौड़ जायगी (Blood Piosoning) ब्लड पायज़निंग हो जायगा, क्योंकि उनके खयाल से इसमें दूषित पदार्थ रहते हैं। यह उन लोगों की भारी भूल है; अव्वल तो कोई भी मनुष्य गंदे स्थान की गंदी मिट्टी क्यों काम में लेगा, फिर यदि किसी मिट्टी में कुछ गंदगी हुई तो भी वह स्वयं इसे खींच लेगी और कोई हानि नहीं होगी।

लेकिन आजकल कोई भी इस बात का ख़याल नहीं करता है कि शरीर में प्रकृति-विरुद्ध भोजन, मसाले, मिठाइयाँ, मांस, मदिरा, आदि के कारण कितने मल पदार्थ भर जाते हैं, जिनसे अनेक भयंकर रोग पैदा हो जाते हैं। और जिनके खाने से घाव ऐसे कष्टदायक व भयंकर हो जाते हैं। हमें अपने ही शरीर के अन्दर भरे हुए जहर मल-पदार्थों का ध्यान नहीं है। हम तो बाहरी वस्तुओं से ही डरना जानते हैं; हालांकि बाहरी बातों से ऐसी हानि कभी नहीं हो सकती जितनी अंदर के मल-पदार्थों से।

हर एक चिकित्सक जब घावों की चिकित्सा में असफल हो जाता है तो ऑपरेशन की शरण लेता है। उसे यह पता नहीं कि

मिट्टी में ऐसी करामात है कि घाव या चोट निस्संदेह अच्छे हो सकते हैं और यह कि मिट्टी के उपचारों का प्रयोग किसी चीर-फाड़ या ऑपरेशन की ज़रूरत नहीं रखता।

जब मिट्टी की पट्टी घाव या चोट पर से उतारी जाती है तो प्रायः बहुत ही गंदा मवाद-सा बाहर निकला करता है। मिट्टी में यह बड़ा भारी गुण है कि वह घाव के आस-पास से मवाद वग़ैरह खींच लेती है और इसीलिए मिट्टी घाव को और उसकी आस-पास की जगह को खराब नहीं होने देती और साफ़ रखती है। यही कारण है कि मिट्टी घाव व अन्य पीड़ाओं को इतनी जल्दी अच्छा कर देती है। भला कृत्रिम कपोल-कल्पित मरहम लेप आदि में यह गुण कहाँ से हो सकते हैं ?

देखा गया है कि अनेक लोगों के घाव मरहम लेप आदि लगाते रहने पर भी व साफ़ करते रहने पर भी सड़ जाते हैं, पर मिट्टी की पट्टी से सड़े हुए घाव भी शीघ्र ठीक हो जाते हैं। यहाँ तक कि जिन घावों में कीड़े पड़ गए हैं वे भी कीड़े निकल कर घाव बहुत जल्द ठीक हो गए हैं, अलबत्ता परहेज वग़ैरह भी ज़रूरी चीजें हैं।

कई लोग सोचते हैं कि मिट्टी में खाद वग़ैरह मिला होने से हानि करता होगा। परन्तु सभी जानते हैं कि बाहर गाँवों में अकसर लोग घाव आदि पर गोबर लगाते हैं और उससे घाव ठीक हो जाते हैं इसलिए इससे डरने की जरूरत नहीं है।

अलबत्ता आजकल लोग रोग-जन्तुओं से बहुत ही डरते हैं और उनका खयाल है कि मिट्टी में रोग-जन्तु होते हैं। इसीलिए बहुत से लोग मिट्टी का प्रयोग करने में डरते हैं। परन्तु लेखक ने

सहस्रों बार परीक्षा द्वारा यह सीखा है, प्रत्यक्ष अनुभव किया है कि मिट्टी में कोई रोग-जन्तु नहीं होते और हर हालत में मिट्टी लाभप्रद सिद्ध हुई है। इतना ही नहीं रोग-जन्तुओं का नाश करके आरोग्य प्रदान करने में मिट्टी अद्वितीय वस्तु है। जो लोग मिट्टी चिकित्सा के विरोधी हैं उन्हें चाहिए कि एक बार पृथ्वी माता की इस अलौकिक रोगनाशक शक्ति की परीक्षा अवश्य करें, फिर उन्हें मालूम हो जायगा कि सभी प्रचलित मरहम, लेप, बाम आदि मिट्टी की बराबरी नहीं कर सकते; "कहां राजा भोज, कहाँ गरीब गंगा तेली" कहाँ प्रकृति-निर्मित जीवन तत्व मिट्टी, कहाँ भूले हुए मनुष्यों द्वारा निर्माण किए हुए कपोल-कल्पित कृत्रिम मलहम, लेप आदि। क्या प्रकृति की बातों की बराबरी कृत्रिम बातों से हो सकती है ?

यह कहना अत्युक्ति न होगा कि लेखक ने आज तक गीली मिट्टी की पट्टी के जितने प्रयोग किए, जितनी बार लगाई, उतनी ही बार सदा ही आश्चर्यजनक व पूर्ण लाभ हुआ है और कभी भी कोई हानि नहीं हुई। जिन्हें संदेह होवे स्वयं परीक्षा करके देखें। हाथ कंगन को आरसी क्या है। मिट्टी में जो भी गुण अवगुण हैं मालूम पड़ जायँगे।

अन्तःकरण द्वारा प्रेरित होकर जंगली जातियां घाव आदि पर गीली मिट्टी ही लगाती हैं। अन्तःकरण कभी गलत रास्ते पर नहीं चलाता। हमें अन्तःकरण की ही आज्ञानुसार चलना चाहिए। अन्तःकरण में ईश्वर स्थित है।

एक बात अत्यन्त आवश्यक है कि खासकर बड़ी चोट या बड़े घावों के इलाज करते समय इस बात का ध्यान रखना चाहिए

कि आहार विहार प्रकृति के अनुकूल रखा जावे। माँस, मदिरा, तंबाखू, मिठाइयाँ, नमक, मसाले, तेल आदि हानिकर पदार्थ बिलकुल न खाए जावें। कच्चा दूध, मेवेजात, ताजे फल, हरे शाक व हल्का अन्न आदि ही काम में लिए जावें। इसका बड़ा ध्यान रखने की आवश्यकता है।

अब मैं मिट्टी की पट्टी के बारे में विस्तारपूर्वक वर्णन करूँगा और यह बताने की कोशिश करूंगा कि हमारे जीवन में होने वाली नित्य की घटनाओं में किस प्रकार मिट्टी की पट्टियों का उपयोग करना चाहिये।

मिट्टी में यह एक बड़ा गुण है कि वह पदार्थोंको ढीला कर देती है और खेंच लेती है मिट्टी मल पदार्थों को ढीला कर देती है और फिर उन्हें बाहर खेंच लाती है। हर प्रकार के जहरीले जानवरों के डंक में व साँप काटने में भी मिट्टी लगाने पर वह जहर को बाहर खेंच लावेगी और बीमार अच्छा हो जावेगा। ततैय्या, बिच्छू आदि के काटने पर मिट्टी लगाते ही दर्द बंद हो गया है, भारी शान्ति प्राप्त हुई है और डङ्क व उसकी सोजन अति शीघ्र अच्छे हो गये हैं।

कई बार सुना गया है कि साधुओं ने मिट्टी लगाकर अंधों को आँखें दे दी और कइयों को जीवन का दान भी दे दिया।

हमारे धर्म शास्त्रों में मिट्टी की बहुत महिमा लिखी है शौच में, स्नान में हर समय मिट्टी को काम की चीज माना है। कृष्ण भगवान मिट्टी से बडा प्रेम करते थे। खेद है कि नवीन सभ्यता ने मिट्टी की महिमा को भुला दिया।

मिट्टी में जो अद्भुत रोग-निवारक शक्तियां हैं उनके कारण

भविष्य में मिट्टी की पट्टियों का रिवाज बहुत फैल जायगा। कोई दिन ऐसा आजावेगा कि लोग इस सीधी-साधी रामबाण दवा की कद्र करेंगे और बनावटी मरहम, लेप, ऑपरेशन सबका लोप हो जावेगा।

बहुत से दर्द पीडा आदि तो मिट्टी लगाने से जादू की सी तरह भाग जावेंगे। वास्तव में प्राकृतिक चीजों में आश्चर्यजनक गुण होते हैं जिन्हें सर्व साधारण भूले हुए हैं।

हर प्रकार के रोगों में खास कर बडे-बडे रोगों में जो स्थानीय नहीं हैं, मिट्टी के प्रयोगों के अतिरिक्त स्वाभाविक भोजन, रोशनी और हवा का स्नान, स्वाभाविक स्नान आदि भी बहुत ही आवश्यक हैं, क्योंकि ऐसी हालत में समस्त शरीर की स्वाभाविक चिकित्सा करनी पड़ती है। परन्तु फिर भी स्थानीय रोगों में मिट्टी की पट्टियां आश्चर्यजनक लाभ दिखाती हैं। कभी-कभी केवल मिट्टी की पट्टी से ही तुरन्त पूरा आराम आ जाता है और किसी साधन की आवश्यकता ही नहीं रहती। इसलिए फौरन ही जहाँ जरूरत हो मिट्टी की पट्टी से काम लियाजावे। मिट्टी समस्त रोगों की एक मात्र रामबाण दवा है। प्राकृतिक चिकित्सक अब तक केवल जल के प्रयोगों से ही काम लिया करते थे। गीली चादर, पानी की पट्टी आदि से चिकित्सा की जाती थी, मिट्टी का उपयोग नहीं किया जाता था। जल से भी बड़ा लाभ पहुँचता है।

परन्तु प्रकृति की खोज करने से सिद्ध हुआ है कि जल के प्रयोगों से कहीं अधिक लाभदायक मिट्टी के प्रयोग हैं और आश्चर्यजनक लाभ दिखाते हैं। पानी और मिट्टी दोनों शरीरके तत्व

और दोनों मिलने से शरीर पर बड़ाही लाभदायक और आरोग्य-दायक प्रभाव डालते हैं, जल की अपेक्षा मिट्टी अधिक देर तक रह सकती है। इसमें जल की अपेक्षा मल पदार्थों को घोलने और खैंचने की अधिक शक्ति है। लेखक ने बराबर जल व मिट्टी के प्रयोग अलहदा-अलहदा किए हैं जो कि प्रीसनीज के सिद्धान्त के अनुसार हैं, परन्तु जो असर मिट्टी में पाया वह जल में नहीं पाया। यह बात दूसरी है कि कहीं-कहीं केवल जल से भी आराम हो गया है। मिट्टी व जल के प्रयोगों में खास अंतर नहीं है, करीब-करीब एक ही सी तरकीब है। मिट्टी इतनी पतली न होवे कि बह जावे, न अधिक गाढ़ी ही हो।

गीली मिट्टी को रोग के स्थान पर रख कर फैला दीजिये। पेट के रोगों पर, पेट पर, छाती के फेफड़ों के रोगों में छाती पर, आंख की बीमारियों में आंख पर और गले की पीड़ाओं में गले के चौतरफ, गरदन व गाल के ऊपर व इसी तरह टांगों के रोगों में जननेन्द्रियों पर, गुरदे आदि के रोगों में गुरदे पर और जहाँ भी रोग व पीड़ा हो वहीं पर लगाना चाहिए। फिर चौरस कपडे से ढँक कर पट्टी बाँध देवें जैसा कि ऊपर कह चुका हूँ। पट्टी न खसक जाय इसके लिए धागे भी काम में लिए जा सकते हैं पर इतने सख्त न कसे जावें कि खून का दौरा रुक जावे।

जैसा समय व परिस्थिति हो हर एक मनुष्य इस प्रकार मिट्टी की पट्टी बांधे कि रोगी को कष्ट भी न हो और पीड़ा के स्थान मिट्टी अच्छी तरह लगी रहे। बात खास यह है कि ठीक पीड़ा व रोग की जगह मिट्टी लगी रहे। पट्टी बनाने के लिए मलमल लट्ठा या फलालैन भी काम में ले सकते हैं। गरमियों में मलमल

की पट्टी अच्छी रहेगी और जाडे में ऊन की पट्टी ठीक रहेगी। बहुत से लोग डरते हैं कि जाडे में मिट्टी से सरदी आजायगी, जुक़ाम हो जायगा, पर यह भारी भूल है। पृथ्वी स्वयं गरमी लाती है इसलिए डरना व्यर्थ हैं। शीत सन्निपात मिट्टी से कभी नहीं होगा। हां, दवा व प्रकृति विरुद्ध उपचारों से बहुत संभव है। अलबत्ता जो कमजोर हैं उनके लिए ऊन की पट्टी काम में लीजानी चाहिये।

हमारे लिए मिट्टी एक ऐसी घरेलू दवा है जो हमें फौरन हर प्रकार के रोगों में व पीडा व दर्द में जो रोजाना होते रहते हैं लगा सकते हैं। मिट्टी सदा ही आश्चर्यजनक प्रभाव दिखलावेगी। बहुत से रोग व पीड़ाएँ तो मिट्टी के लगाते ही अच्छे हो जायंगे, दुबारा लगानी ही न पडेगी। परन्तु कठिन व बडे रोगों में बारबार कुछ समय तक लगातार मिट्टी लगानी पडेगी। मेरी राय में मिट्टी संसार की सब औषधियों से अच्छा, सस्ती और अत्यन्त आरोग्यदायक रामबाण दवा है। चाहें रोग व पीड़ा का स्थान अन्दर हो या बाहर हो मिट्टी फौरन उसकी गरमी को खैंच लेगी। उदाहरणार्थ छाती व फेफड़ों की बीमारी में मिट्टी छाती पर लगाई जावेगी, गुरदे व मसाने की बीमारियों में गुरदे व मसानों पर और गला घुटना व सोजन आदि में गले के चौतरफ लगाई जावेगी और फौरन उन स्थानों की गरमी पीड़ा खैंच कर शान्ति प्रदान करेगी।

जो रोग सारे शरीर में फैले हुए हों, जैसे बुखार, हैजा, खुजली, आदि में गीली मिट्टी सारे पेट पर लगाना बड़ा लाभ-

दायक है। सारे शरीर के मल पदार्थ पेट से ही सब जगह जाकर रोग व पीड़ा उत्पन्न करते हैं।

हर प्रकार का बुखार अच्छा करने में गीली मिट्टी की पट्टी सर्व-श्रेष्ठ साधन है। सभी तेज़ बीमारियों में इसे अवश्य लगाना चाहिए। मोतीजरा, लंगड़ा बुखार, चेचक, मलेरिया, प्लेग आदि में और सभी प्रकार के रोग हैज़ा आदि में पेट पर गीली मिट्टी लगाना एक अत्यन्त रामबाण व अचूक उपाय है और लाखों जानें बचाई जा सकती हैं। [हर प्रकार के ज्वरों के रामबाण उपचार हमारी पुस्तक "ज्वर के कारण व चिकित्सा" में पढ़िए, मूल्य ≡)] खेद है आज भारतीय जनता कृत्रिम औषधियों के पीछे दौड़ती है और उनसे आरोग्य लाभ की आशा रखती है, पर क्या प्रकृति विरुद्ध साधनों से आरोग्य संभव है? हरगिज नहीं। आज देश में प्लेग, मलेरिया, हैजा आदि से लाखों आदमी मर रहे हैं। नई-नई दवा निकलने पर भी यह भयंकर रोग काबू में नहीं आते। प्लेग को गिल्टी कैसी भयंकर होती है, आग की तरह जलती है, रोगी उसके मारे अकथनीय पीड़ा भोगता है और प्रकृति-विरुद्ध साधन चिराना, डाह देना, व लेप आदि से कुछ लाभ न होकर मर जाता है। गिल्टी न फूटती है न बैठती। ऐसे समय प्रकृतिदत्त गीली मिट्टी प्राणों की रक्षा करेगी, विधि-पूर्वक स्वाभाविक उपचारों के साथ-साथ पेट पर और गिल्टी पर गीली मिट्टी लगाने से गिल्टी अच्छी हो जायगी। बुखार उतर जायगा और रोगी के प्राण बच जायंगे। पर आज कितने डाक्टर, वैद्य, हकीम ऐसे हैं जो प्लेग में गिल्टी पर मिट्टी लगाना पसन्द करेंगे। वे तो मनमानी दवाइयां, इंजेक्शन आदि

से काम लेंगे और रोगी के मरने पर उन्हें कुछ रंज न होगा। हम लोगों की आंखें कब तक खुलेंगी, कब तक प्रकृति से मुँह मोड़े रहेंगे, क्या कभी देश में वह दिन आवेगा जब घर-घर प्राकृतिक चिकित्सा का प्रचार होगा ? हर एक परिवार में मिट्टी घरेलू दवा होगी ?

हर प्रकार की तेज बुखार व हैजा वगैरह में प्राकृतिक स्नान से भी गरमी दूर होकर आराम होगा। परन्तु गीली मिट्टी अधिक उपयोगी है क्योंकि स्नान तो चंद मिनिट ही किया जा सकता है और मिट्टी कई घण्टों पेट पर रहेगी और अधिक मात्रा में गरमी को खैंच लेगी।

फिर भी मिट्टी की पट्टी के बाद पेट को धोना ही पड़ेगा। इसलिए अच्छा हो मिट्टी की पट्टी के बाद एक प्राकृतिक स्नान भी जल्दी से करा दिया जावे। परन्तु रोगी की इच्छा न हो तो स्नान हरगिज भूल कर भी न कराना चाहिए। गीली मिट्टी गरमी कैसी खैंचती है यह बात आप देख सकते हैं कि आप पट्टी पर हाथ रखिए; बहुत गरम मालूम देगी। जब मिट्टी गरम हो जाय तो फिर दूसरी पट्टी बांधनी चाहिए। उस मिट्टी को धो पूंछ कर फेंक देना चाहिये।

मिट्टी सर्वश्रेष्ठ उबटन (लेप) है।

आज कल सैंकड़ों तरह के कृत्रिम खर्चीले उबटन और लेप चल रहे हैं जिनमें बाहरी चमक व भड़क के सिवा कोई लाभ नहीं होता और शरीर को उल्टी हानि होती है। इतना ही नहीं प्रकृति-विरुद्ध लेप उबटन आदि से खाल कमजोर होकर छेद बंद हो जाते हैं। परन्तु हमारी स्वाभाविक प्रकृति-दत्त मिट्टी सब से अच्छा उबटन है। इससे शरीर को जो अपार लाभ होते हैं, वे कहने में नहीं आ सकते।

चिकनी पीली या काली या भूरी मिट्टी या बालू साफ़ जगह से लेकर गीली करके उबटन की तरह सारे शरीर पर लगा लो। कोई हिस्सा भी ऐसा न रहे जहां मिट्टी न लगे। फिर धूप में बैठ जाओ। बार बार गीली मिट्टी पतली करके शरीर पर लगाते रहो यहां तक कि खाल कहीं से भी दिखाई न दे। बहुत गाढ़ी मत लगाओ धूप में बैठ जाओ या लेट जाओ। १५ मिनिट से लेकर १ घंटे तक बैठिये जितनी देर सुहावे। मिट्टी सूखने पर खिचाव करेगी, कुछ आपको कष्ट सा होगा, पर चिन्ता नहीं यह एक प्रकार का तप है जिसका परिणाम शरीर के लिए बड़ा ही लाभदायक होगा।

मिट्टी सूख जाने पर ठंडे पानी से अच्छी तरह स्नान कर लीजिये। मिट्टी सब धुल जावे। यह मिट्टी का उबटन (लेप) विधि पूर्वक हमेशा करते रहिए। इससे आपका शरीर गुलाब के फूल की तरह सुन्दर हो जावेगा। सभी प्रकार के दाग़, मुस, अदा-

पन व हरएक प्रकार की चमड़े की खराबी, खाज, कुष्ट आदि दूर होकर चमड़ा मुलायम साफ गोरा हो जायगा खाल के छेदों में भरा हुआ मैल साफ हो जायगा। खून साफ होगा, यह मिट्टी का लेप विधिपूर्वक स्वाभाविक आहार आदि के साथ करने पर बुढ़ापे को दूर करने वाला है क्योंकि नसों में भरा हुआ पुराना मैल और पानी को मिट्टी खेंच लेगी और नवीन रक्त का संचार होगा। जिनके बाल सफेद हो गए हैं, उनके बाल काले बनाने के लिए गीली मिट्टी के समान कोई औषधि नहीं है। मिट्टी बालों को जड़ से काला बना देगी बशर्ते कि विधिपूर्वक अन्य उपचारों के साथ बराबर इसका लेप किया जावे। लोग व्यर्थ ही कृत्रिम वस्तुओं के पीछे दौड़ कर स्वास्थ्य व धन को नष्ट कर रहे हैं। यह लेप सौन्दर्य के लिए एक अलौकिक वस्तु है, इसलिये रूप व स्वच्छता की इच्छा करने वाली स्त्रियों को चाहिए कि मेरी बताई हुई विधि से मिट्टी का लेप किया करें, फिर उन्हें हानिकारक व खरचीले स्नो बाम पाउडर आदि की शरण न लेनी पड़ेगी। उन्हें इसी से सौंदर्य प्राप्त होगा।

अब मैं पाठकों के लाभार्थ मिट्टी के अलौकिक गुणों का विस्तारपूर्वक वर्णन करूंगा। जैसी परिस्थिति हो मौक़ा देख कर मिट्टी की पट्टी कई घंटों तक रखी जा सकती है या दिन में कई बार बदली जा सकती है। भयंकर व तेज बीमारियों में प्लेग, हैजा, मल-बंध आदि में गीली मिट्टी को आरम्भ में बार-बार बदलना चाहिये। एक बार लगाई हुई मिट्टी हरगिज भूल कर भी दुबारा न लगाई जावे यह ध्यान रहे। मिट्टी शाम को या सोते समय लगानी चाहिये और हो सके तो रात भर रखी जावे।

यदि बिल्कुल न सुहावे या खास कष्ट-सा जान पड़े उस समय
उतार फेंकिये। अगर मिट्टी गरम हो जाय तो उस वक्त वह
पट्टी बदल देनी चाहिये।

साधारण तौर पर काली, पीली, भूरी मिट्टी काम में ली
जाती है परन्तु सबसे अच्छी बात यह है कि जिस जगह जैसी भी
मिट्टी मिले वही काम में ली जा सकती है। अलबत्ता मिट्टी
जितनी अधिक चिकनी होगी उतनी ही अधिक उपयोगी होगी
और लगाने में सुभीता होगा। इसलिये बालू या रेत की बजाय
ज्यादातर चिकनी मिट्टी ही काम में लेनी चाहिए।

वास्तव में तो मिट्टी सारी व्याधियों को मिटाने की शक्ति
रखती है। ऐसा कोई रोग नहीं है जिसमें इसका प्रयोग न हो
सके। हर प्रकार की सूजन चाहे वह अंदर की हो चाहे बाहर
की हो चोट की हो या रक्त—विकार की हो मिट्टी लगाने से
उतर कर आराम होगा। इसी प्रकार फेंफड़े के रोग दमा, कफ
सूखना सीने का दर्द आदि में मिट्टी की पट्टी अपार लाभ
पहुँचावेगी। इसी प्रकार गले व कंठ के रोग, कंठ-बेल व जलन
आदि में मिट्टी आश्चर्यजनक लाभ पहुँचावेगी। कंठ-बेल जैसे
भयंकर व असाध्य रोग भी मिट्टी की पट्टी से अवश्य अच्छे
हो जाते हैं। अलबत्ता ऐसे सभी कठिन मामलों में अन्य स्वाभा-
विक उपचार (स्वाभाविक स्नान, वायु का स्नान स्वाभाविक आहार
इच्छाशक्ति; शुद्ध वायु सेवन, बालू का बिछौना आदि) जरूरी
हैं। गले के रोगों में अक्सर चीर-फाड़ की शरण लेनी पड़ती
है, फिर भी आराम नहीं होता है, पर मिट्टी अपना लाभ यहाँ
भी पूरी तरह दिखावेगी।

गरदनतोड़ बुख़ार में गरदन पर गीली मिट्टी की पट्टी संजीवनी बूटी का काम देगी और ज्वर के अन्य स्वाभाविक उपचारों के साथ-साथ अगर गरदन पर गीली चिकनी मिट्टी के उपचार विधिपूर्वक किए जावेंगे तो शायद लाखों दीन-दुःखी रोगियों के प्राण बचाए जा सकेंगे और फिर हमें वाहियात, दवाइयां और झूंठे लेप मरहम आदि के पीछे इतनी दौड़ धूप नहीं करनी पड़ेगी। संसार में सुख का साम्राज्य होगा। इसी तरह आंख दुखने व अन्य सभी नेत्र रोगों में गीली मिट्टी ममीरे से कई गुनी अधिक लाभदायक व शांतिदायक सिद्ध होगी। आंखों पर गीली मिट्टी लगाने से ऐसी शान्ति व ठंडक होगी कि जिसका कोई ठिकाना नहीं है। मिट्टी आंख के ऊपर लगानी चाहिये। अन्दर नहीं; पर अगर भूल से मिट्टी का कुछ हिस्सा आंख में चला भी जावे तो हानि नहीं होगी। मिट्टी से आज तक किसी को कोई हानि नहीं हुई है। इसी प्रकार कान के रोग, कान बहना, कनफेड़, अन्दर का फोड़ा आदि में गीली मिट्टी कान के अन्दर भर देना चाहिए और चौतरफ़ व गले के चौतरफ़ गीली मिट्टी लगाना चाहिये। इससे कान के समस्त रोग अवश्य अच्छे हो जायंगे। मिट्टी कान के अन्दर से सारी ख़राबी मैल मवाद आदि को जड़ से खींच लेगी और स्थायी रूप से आराम होगा। फिर चीर-फाड़ आदि की शरण इन रोगों में न लेनी पड़ेगी। कान बहना आदि में अन्य सभी स्वाभाविक उपचार भी बड़े जरूरी हैं। इसी प्रकार वातव्याधि गठिया आदि में गीली मिट्टी की पट्टी जड़ से आराम कर देगी। दर्द व सूजन मिटा कर स्थायी आराम करेगी। इसी प्रकार सभी तरह के मुस आदि भी मिट्टी की पट्टी से मुरझा कर इस

प्रकार झड़ जायंगे, जैसे पत्ता सूखने पर वृक्ष से झड़ जाता है। लेखक ने अनेक बार प्रत्यक्ष अनुभव किया है। इसी प्रकार रसौली आदि में गीली मिट्टी रसौली को बिठा कर अच्छा कर देगी या पका कर फोड़ देगी और अच्छी हो जायगी। बड़ी बड़ी रसौली बाहर की व अन्दर की भी विधिवत् अन्य स्वाभाविक उपचारों के साथ मिट्टी की पट्टी से अच्छी हो जायगी। जिन लोगों का यह ख़याल है कि रसौली बिना आपरेशन ठीक नहीं हो सकती उन्हें एक बार मिट्टी के उपचार करके इसके तिलस्म व जादू को देख लेना चाहिए।

पेट के जितने रोग है उनमें मिट्टी की पट्टी अति उपयोगी होती है। कब्ज के लिए तो मिट्टी रामबाण दवा है। पेट पर गीली मिट्टी लगाने से पेट की ख़राबी और गरमी को मिट्टी खींच लेगी और आँत व पेट को बलवान बना देगी। दस्त धीरे धीरे पच कर लग जावेगा, रोग मिट जावेगा। पेट के दर्द पर मिट्टी की पट्टी जल्द आराम पहुँचाती है। मिट्टी कचाई को पचा कर दस्त या उल्टी के ज़रिए बाहर फेंक देगी और दर्द मिट जावेगा। यदि एक बार मिट्टी की पट्टी से आराम न हो तो बार-बार पट्टी बदलनी चाहिए।

इसी प्रकार अजीर्ण, तिल्ली, जलोदर, संग्रहणी आदि में भी विधिपूर्वक मिट्टी लगानी चाहिए। इससे जठराग्नि प्रबल होकर इच्छित लाभ होगा। मल-मूत्र बंद होने पर गीली मिट्टी की पट्टी लगाने से आश्चर्यजनक लाभ होगा। जहाँ सभी अन्य उपचार व्यर्थ हुए हैं वहाँ बंध पड़ने पर गीली मिट्टी लगाने से ख़ूब ज़ोर से खुल कर दस्त और मूत्र हुआ है और रोगी के प्राण बच गए

हैं। आज हम लोगों की दशा बड़ी ही दर्दनाक है। ऐसी सस्ती सुलभ कभी निष्फल न होने वाली ईश्वरदत्त मिट्टी हम रोगों की चिकित्सा में काम में नहीं लेते बल्कि उलटी घृणा करते हैं। और इसे बिलकुल निस्सार व हानिकर समझते हैं। भला जिस मिट्टी से शरीर बना है, जिसमें समस्त वृक्ष, वनस्पतियाँ, सभी औषधियाँ आदि उत्पन्न होती हैं क्या वह अपने अन्दर कुछ करामात नहीं रखती ?

स्त्रियों का मासिक धर्म बंद हो जाने में, प्रदर आदि में गीली मिट्टी लगाने से बहुत जल्द लाभ होता है, कैसा ही प्रदर हो उचित पथ्य भोजन के साथ गीली मिट्टी की पट्टी से जड़ से आराम होगा और मासिक धर्म भी कुछ दिन बराबर मिट्टी लगाने से फिर होने लगेगा। क्या ही अच्छा हो यदि हमारे देश की महिलाएँ मिट्टी के गुणों का आदर करें और अपनी सभी गुप्त व प्रगट व्याधियों पर निःसंकोच होकर मिट्टी लगावें। उन्हें बड़ा ही लाभ होगा। इसी प्रकार प्रसव के समय दुग्धपान आदि के साथ अगर मिट्टी का प्रयोग किया जावेगा तो उन्हें इतनी पीड़ा और कष्ट न होगा, बड़ी आसानी से बच्चा बाहर आ जावेगा। डरने की जरूरत नहीं है। मिट्टी से सरदी कभी न होगी। अगर जाड़ा हो तो मिट्टी लगा कर पेट पर ऊन की गरम पट्टी बांधनी चाहिए।

इसी प्रकार हर प्रकार के पेट के अफरे पर लेप करने से अफरा दूर हो जावेगा।

स्त्रियों को जननेन्द्रिय रोगों में गीली मिट्टी का लेप करना चाहिये। इससे सभी प्रकार के कष्ट व पीड़ाएं दूर होंगी और सच्चा आरोग्य प्राप्त होगा।

पुरुषों को भी समस्त प्रकार के जननेन्द्रिय रोगों में मिट्टी की पट्टी पूर्ण लाभ पहुँचावेगी, जलन दूर होगी, घाव आदि हो गये होंगे तो वे भी अच्छे हो जावेंगे। अंड-वृद्धि में बढ़े हुए फोतों का नाप लेकर उतनी थैली बना कर उसमें गीली चिकनी मिट्टी भर कर फोते उसमें डाल कर बांध देना चाहिये। पट्टी रोज़ बदली जावे। (अन्य स्वाभाविक उपचारों का करना लाज़मी है) इससे बढ़े हुए फोतों का पानी मिट्टी बाहर फेंक देगी और फोते समभाग पर आ जायगे और भयंकर ऑपरेशन की शरण न लेनी पड़ेगी। गरमी व सुज़ाक में भी लिंगेन्द्रिय पर मिट्टी लगाना उचित है। इसी प्रकार नपुंसकता पर गीली मिट्टी का लेप विधिवत् गुह्य भागों पर रोज़ करना चाहिये, इससे नसों में भरा हुआ पानी निकल कर पुनः पुरुषत्व प्राप्त होगा। जिन लोगों ने अपने हाथों अपना जीवन नष्ट किया है वे मिट्टी की शरण लें। बराबर कुछ दिन मिट्टी लगाने से व अन्य स्वाभाविक उपचारों से नपुंसकत्व जड़ से नाश होगा और अनेक दम्पत्ति सांसारिक सुखों का उपभोग कर सकेंगे। आज जितने तिला, लेप आदि काम में लिए जाते हैं वे बड़े हानिकर होते हैं और अकसर अनेक निर्दोष जानवरों की हत्या होती है। मिट्टी की पट्टी का प्रचार होने से अनेक जानें बचेंगी और अनेक रमणियां धर्म की मर्यादा पर रह सकेंगी। क्या ही अच्छा हो लोग इसकी महिमा समझने लग जायं! इसी प्रकार गुरदे आदि

के दर्द में भी मिट्टी दर्द को जड़ से मिटा देगी। लगाते ही मिट्टी शांति देगी और फिर गुरदे के अन्दर से दर्द के कारण को खींच लेगी और बाहर फेंक देगी और पूरा आराम होगा।

इसी प्रकार पसली के दर्द में और चीजों के बजाय मिट्टी लगाई जावे तो जल्दी ही दर्द दूर होकर लाभ होगा। शिर दर्द में शिर में गीली मिट्टी का लेप करना बड़ा लाभदायक है। शिर में गीली मिट्टी लगाने से बड़ी ही ठंडक और ताज़गी आती है और खोपड़ी के अंदर से ख़रावी को खींच कर मिट्टी जड़ से शिरदर्द मिटाती है। इसी प्रकार आधा-शीशी में शिर पर, दिमाग पर और गरदन के चौतरफ गीली मिट्टी लगाने से दिमाग से रोग की जड़—दूषित—पानी—वाहर आ जावेगा और आधा-शीशी अच्छी हो जावेगी। फिर झाड़ा—फूंकी के लिए इधर-उधर मूर्ख व ठगों की शरण में आपको जाने की जरूरत नहीं रहेगी और न आँखों से ही लाचार होना पडेगा।

सभी प्रकार के दाढ़ व मसूड़ों के दर्द, जवाड़ों की सूजन आदि में बाहर की ओर गीली मिट्टी की पट्टी या लेप करने से दर्द फौरन मिट जायगा और सूजन आदि अच्छी हो जायगी। जवाड़े दाढ़ के दर्द से कराहते हुए रोगी मिट्टी लगाते ही हँसने लगेंगे और अकसर जहाँ असह्य पीड़ा आदि के कारण चीर-फाड़ आदि करानी पड़ती है वहाँ इस सीधी-साधी प्राकृतिक औषधि से ही पूर्ण आराम हो जायगा।

स्त्रियों के स्तन अक्सर पक जाते हैं और वहाँ मवाद इकट्ठा होकर भारी पीड़ा होती है फोड़े हो जाते हैं और कई झूंठे मलहम लेप करते-करते भी रोग बढ़ कर वेचारी स्त्रियाँ अपार कष्ट

भोगती हैं। कई तो मर ही जाती हैं, किसी किसी के नासूर रह जाता है और आजीवन कष्ट भोगती हैं, किसी के स्तन बेकार हो जाते हैं। यह सब हमारे अस्वाभाविक उपचारों की सज़ा है। ऐसे रोगों में गीली मिट्टी की पट्टी भारी लाभ पहुँचावेगी। फौरन दर्द व घाव अच्छा हो जायगा और बेचारी भोली स्त्रियां इतना कष्ट नहीं पावेंगी। अलबत्ता स्वाभाविक आहार आवश्यक है। इसी प्रकार हर प्रकार की चोट वग़ैरह में व अन्य घावों में गीली मिट्टी बड़ी उत्तम दवा है। सब से ज्यादा खूबी तो यह है कि इसे लगाते ही शरीर को अलौकिक शांति मिलती है। दर्द जलन तत्काल मिट जाते हैं और लाभ भी स्थायी होता है। इससे अच्छा होने पर दुबारा यह रोग नहीं होता।

मैं तो दावे के साथ यह कहूँगा कि मिट्टी एक अत्यन्त लाभप्रद जोखम-रहित वस्तु है; हानि की कोई आशंका नहीं है और ख़ास कर हर तरह का दर्द अच्छा करने में तो यह अद्वितीय वस्तु है; क्योंकि यह दर्द पीड़ा के कारण व उसकी जड़ मल-पदार्थ को खींच लेती है और हमेशा के लिए आराम करती है।

आज संसार में सूजन, फोड़े-फुंसी, घाव आदि को मिटाने में अनेक प्रकृति-विरुद्ध मरहम लेप आदि लगाए जाते हैं, जिनसे ज़ाहिरा तौर पर आराम नज़र आता है परन्तु वास्तव में वे बड़े भयंकर होते हैं, क्योंकि वे मल-पदार्थों को वापस ही शरीर के अंदर ढकेल देते हैं और उससे शरीर को बड़ी ही हानि उठानी पड़ती है। पर आज तो हमारा हाल ऊंट व भेड़ों का सा है जो

बिना सोचें-समझे देखा-देखी करते हैं, अपना हानि-लाभ कुछ नहीं सोचते, यह सभ्यता का युग है।

आज दांतों के रोग बहुत ज्यादा फैल रहे हैं जो प्रकृति-विरुद्ध आहार से होते हैं। ख़ास कर धातु-दवा खानेवालों के दांत बेकार हो जाते हैं। दाँत के डाक्टर अनेक प्रकार की कृत्रिम हानिकर दवाइयों से दाँतों को ख़राब कर देते हैं। इनसे हमें बचना चाहिए। मिट्टी के लगाने से यह शिकायतें दूर हो जायंगी, मिट्टी दांतों व जीभ पर लगा कर फिर धो डालना चाहिए। स्वाभाविक रहन-सहन भी ज़रूरी है।

मैं ऊपर कह चुका हूँ कि दांत के दर्द के लिए बाहर गाल पर मिट्टी दर्द के ऊपर लगाना चाहिए। शिर का दर्द और आधा-शीशी और आँख, कान व गले के रोगों में गले के चौतरफ भी गीली मिट्टी लगानी चाहिए। पट्टी कस कर बांधी जावे।

जो मनुष्य विक्षिप्त हो गए हैं; जो पागल हैं, जिनका दिमाग़ सही नहीं है, ऐसे रोगियों के शिर पर बराबर गीली मिट्टी लगाने से कुछ दिनों में पागलपन आदि दूर होकर दिमाग़ ठीक होगा। पागलपन की चिकित्सा के लिए गीली मिट्टी की पट्टी एक अत्यंत आश्चर्यजनक लेप है। इसका उपयोग अवश्य करना चाहिए। अनिद्र रोग में भी शिर पर गीली मिट्टी लगाने से नींद अच्छी तरह आवेगी। तेज़ बुख़ारों में, बहकने वाले रोगियों के शिर पर गीली मिट्टी की पट्टी लगाने से शर्तिया आराम होगा, शांति होगी, प्रलाप मिट जावेगा।

अचानक मर जाने वाले जैसे बिजली आदि पड़े हुए या जिन्हें साँप ने कांट खाया हो या मूर्छा आए हुए रोगी, ज़मीन में

(शिर से नीचे-नीचे गले तक) गाड़े गए हैं। और उन्हें फिर निरोग कर लिया गया है और प्राण बचा लिए गए हैं। इसी प्रकार हाथ-पांव आदि के रोगों में लक़्वा आदि में, नाहरू वाल आदि में हाथ पांव आदि को ज़मीन में गाड़ कर उन्हें अच्छा कर लिया गया है। जैसी परिस्थिति व समय हो उसी प्रकार पीड़ित व रोग वाले अंगः को इस प्रकार जमीन में कुछ देर गाड़ कर अच्छा किया जा सकता है। अन्य स्वाभाविक उपचारों के साथ-साथ अगर लक़वे आदि में मिट्टी के यह प्रयोग विधिपूर्वक किए जावें, तो निस्संदेह लाभ होगा। 'हैजा प्लेग' मोतीझरा आदि कठिन तेज़ ज्वरों में गीली धरती पर रोगी को लिटा कर रखने से बड़ा ही प्राणरक्षक प्रभाव होगा और प्राण बचाए जा सकेंगे।' पर इन कामों के लिए पृथ्वी सूखी न हो कुछ गीली होनी चाहिए।

मिट्टी के अलौकिक रोगनाशक गुणों का अनुभव करके आश्चर्य हुए बिना नहीं रहता जिन हिस्सों का मिट्टी से स्पर्श होगा, जो पृथ्वी में गाड़े जायंगे,या जिन पर मिट्टी लगाई जावेगी वे शरीर के भाग नए, बलवान, ताजा हो जायंगे,। मिट्टी के स्पर्श व संयोग से शरीर को जो अपार लाभ होते हैं वे कहने में नहीं आ सकते। अचानक मर जाने वाले रोगी पृथ्वी में (गले से नीचे) गाड़ देने पर फिर जिन्दा हो गए हैं। अचानक हृदय की गति बंद हो जाने पर यह प्रयोग अत्यन्त लाभदायक सिद्ध होगा। धूप में भूरी-भूरी बालू में छाती तक अपने शरीर को गाड़ना बड़ी ही आरोग्यदायक क्रिया है। सूर्य की किरणों का प्रभाव बालू पर और शरीर पर पड़ता है, यह और भी अच्छा है। एक बात और

कहूंगा। मिट्टी हमेशा ठंडी ही काम में लेना चाहिए। मिट्टी को कभी भूल कर भी आग से गरम नहीं करना चाहिए और न जलाई हुई या गरम की हुई मिट्टी ही काम में लेने लायक़ है। जिस तरह पानी को गरम करने से उसकी ताज़गी व शान्तिदायक गुण नष्ट हो जाते हैं वैसे ही गरम करने से मिट्टी बेकार हो जाती है।

गरम पानी, भाप आदि अक्सर रोगों में काम में लिए जाते हैं, पर यह प्रकृति के विरुद्ध है। गरम पानी व भाप आदि से शरीर को बड़ी हानि होती है, खाल कमज़ोर हो जाती है। अग्नि का संस्कार होने के बाद समस्त पदार्थ निस्सार निर्जीव हो जाते हैं। इसलिए प्राकृतिक चिकित्सकों को चाहिए कि वे गरम पानी भाप आदि के प्रयोगों को प्रकृति-विरुद्ध समझकर छोड दें। गीली मिट्टी सभी रोगों के लिए काफ़ी होगी। हमारे चमड़े को साफ़ करने के लिए गीली मिट्टी सबसे बढ़िया साबुन है। इसमें एक कौड़ी भी ख़र्च करने की जरूरत नहीं है—इसको लगा कर नहाने से खाल बड़ी हो चिकनी, मुलायम और सुन्दर हो जायगी। मैल सब दूर हो जायगा। साबुन लगाने पर स्रोत बन्द हो जाते हैं, पर मिट्टी लगाने से खाल के छेद साफ़ हो जाते हैं। आजकल हम लोग अनेक प्रकार के हानिकर साबुनों का उपयोग करते हैं। यह कई जानवरों की चरबी से बने होते हैं और उन जानवरों की चरबी लगाने से उनके रोग हमारे शरीर पर बड़ा ख़राब असर डालते हैं, हमें बीमार कर देते हैं। वास्तव में तो ऐसे साबुन खाल के लिए बड़ी ही गंदी व हानिकार चीज़ हैं। सच पूछा जाय तो साबुन आदि से खाल साफ़ नहीं होती, बल्कि उलटी अधिक मैली

हो जाती है। जो पदार्थ साबुन में रहते हैं वे खाल को ख़राब कर देते हैं! यदि हम लोग रोज़ाना शौच स्नान आदि में साबुन का उपयोग छोड़ देंगे और उसके बजाय चिकनी मिट्टी से काम लें तो हम अधिक साफ रहेंगे। वास्तव में मिट्टी और पानी सबसे बढ़िया प्राकृतिक साबुन हैं। हमें इनका आदर करना चाहिए।

मिट्टी एक ऐसी अद्भुत प्रभावशाली रोगनाशक वस्तु है कि जिसकी रोगनाशक शक्ति का वर्णन मेरी शक्ति से बाहर है। इससे रोग इतनी आसानी से और इतने जल्दी स्थायी रूप से मिट जाते हैं कि स्तंभित होना पड़ता है। एक बार भी जिन्होंने मिट्टी की पट्टी का अनुभव किया है वे इसके सच्चे भक्त बन जायंगे और फिर उन्हें दूसरी तरह की कृत्रिम दवाइयों से सख़्त नफ़रत हो जायगी।

वास्तव में मिट्टी की पट्टियों की ओर लोगों ने बहुत ही कम ध्यान दिया है। उनका ध्यान तो विदेशों से आने वाली सुंदर लेबल लगी हुई क़ीमती परन्तु हानिकर दवाइयों की ओर लगा रहता है। उनका ध्यान पुराने ग्रन्थों में बताए लेप व मरहमों की तरफ़ है जिन्हें बनाने में अपार धन और समय लगता है, पर जिनसे सिवा हानि के लाभ कुछ भी नहीं होता। उनका ध्यान बड़े बड़े ऑपरेशन-रूम बड़ी तनख्वाह पानेवाले चश्मेधारी सर्जन, व भयंकर, रोगियों को डराने वाले, निर्दय ऑपरेशन के औज़ारों की तरफ़ है जिससे वे आरोग्य लाभ की आशा करते हैं और चला कर काल के मुँह में जाते हैं। उनका ध्यान सीधी-साधी प्राकृतिक दवा मिट्टी की ओर क्यों जाने लगा ? पर उन्हें यह पता

नहीं कि मिट्टी में ऐसे अलौकिक गुण हैं कि असाध्य से असाध्य, भयङ्कर से भयङ्कर रोग भी विधिपूर्वक मिट्टी के उपचारों से नष्ट हो जाते हैं और यह कि आज यदि समाज कृत्रिम औषधियों के अंध-विश्वास को छोड़ दे और मिट्टी को अपना ले तो अनेक दीन दुखी रोगियों के प्राण बचेंगे। मिट्टी के उपचारों से प्लेग, हैजा, ज्वर आदि से होनेवाली लाखों मौतें फिर न होंगी। फिर हमें ऑपरेशन-रूम में भय से कांपते हुए प्रवेश नहीं करना पड़ेगा और न मनुष्य को लजाने वाले, कलंकस्वरूप, भारी यातना देने वाले तेज चाकू-छुरी आदि औजारों से शरीर को कटवाना या फड़ाना ही पड़ेगा। वह समय शीघ्र आ रहा है जब लोगों का ध्यान इधर आकर्षित होगा। ज्यों-ज्यों हमें दवाइयों की हानियां और मिट्टी के लाभों का ज्ञान होता जायगा, अपने आप हम फिर प्रकृति की ओर लौटेंगे और तभी सच्चा स्वास्थ्य और सुख प्राप्त होगा फिर हरएक घर में मिट्टी सभी रोगों के लिए रामबाण, दवा समझी जावेगी और हर रोग में काम में ली जावेगी। मिट्टी से आज तक जितने प्रयोग लेखक ने किए हैं और दूसरों से सुने हैं उनमें सदा ही आश्चर्यजनक आशातीत लाभ हुआ है और बड़े आश्चर्य के साथ लोगों ने मिट्टी की रोगनाशक शक्तियों के सामने शिर झुकाया है। बहुत से लोग तो मिट्टी के ऐसे भक्त बन गये हैं कि वे रोगों की चिकित्सा में ही नहीं बल्कि हरएक शौच में, साबुन की जगह, दंतधावन में, मालिश व हर बात में मिट्टी से काम लेने लगे हैं। अलबत्ता यह बता देना जरूरी है कि कठिन मामलों में श्वेत कुष्ठ, लकवा, प्लेग, मोतीझरा, व अन्य कठिन रोगों में मिट्टी की पट्टी के साथ-साथ अन्य स्वाभाविक उपचार भी अत्यंत आवश्यक हैं,

अन्यथा पूर्ण लाभ होना कठिन है। फिर भी मिट्टी तो प्रभाव दिखाएगी।

मेरी हार्दिक इच्छा है कि इस पुरानी सीधी सादी स्वाभाविक दवा मिट्टी का लोग आदर करें और उसे घरेलू दवा समझ कर काम में लें, व्यर्थ समझ कर अनादर न करें। फिर मैं अपने इस परिश्रम को सफल समझूंगा।

बहुत से अमीर लोग पहले-पहल मिट्टी की पट्टी को लगाने में नाक भौं चढ़ावेंगे पर उन्हें याद रखना चाहिए कि उनका शरीर इसी का बना हुआ है और अंत में भी गति इसी में मिल कर होगी। इसलिए यह अभिमान छोड़ देना चाहिए। बहुत से लोग जाड़ों में मिट्टी लगाने से डरेंगे और समझेंगे कि सरदी और निमोनिया होकर मर जावेंगे, पर यह डर फिजूल है। अव्वल तो सरदी हमारी शत्रु नहीं परम मित्र है। फिर मिट्टी ठंडक के साथ गरमी भी लाती है। जाड़े में मिट्टी लगा कर ऊन की व गरम कपड़े की पट्टी बांधनी चाहिए ताकि जाड़ा अधिक न लगे। मिट्टी के विधिवत् उपचारों से श्वेतकुष्ठ के दाग़, जन्म के लहसन भी जड़ से मिट जाते हैं। काले आदमी भी गोरे बन सकते हैं, भद्दे कुरूप नरनारी सुंदर व रूपवान बन सकते हैं। कमज़ोर बलवान बन सकते हैं—पूरे प्रयोग से तो बूढ़े भी जवान बन सकते हैं सफेद बाल फिर से काले हो सकते हैं।

सारांश यह है कि यदि आपके दिमाग़ में ख़राबी है तो शिर पर मिट्टी का लेप करें और बालों को काला बनाने के लिए भी शिर पर मिट्टी लगावें। अवश्य सफलता होगी। अगर आपके चेहरे पर फुन्सियां हैं, भद्दापन है, तो चेहरे पर लगावें। चेहरा

गुलाब के फूल की तरह चमकने लगेगा। स्त्रियों को चाहिए कि रूप यौवन प्राप्त करना हो तो मिट्टी का आदर करें, उपयोग करें। फिर उन्हें इच्छित फल प्राप्त होगा। इसी प्रकार सभी प्रकार के गुप्त व प्रगट स्त्री-रोग, बाल-रोग व अन्य रोगों में मेरी बताई हुई रीति से मिट्टी का प्रयोग किया जावे।

मिट्टी में यह शक्ति है कि वह ख़राबी जड़ से मिटाती है, शरीर को बल व ताजगी देती है, फोड़े-फुंसियों को पका देती है और घाव भर देती है, सफाई और मुलायमी के लिए इससे बढ़ कर कोई चीज़ नहीं। मिट्टी में खींचने की अजीब ताक़त है। शरीर के अन्दर कैसी ही ख़राबी हो, इसके लगाने से यह हड्डी तक में से ख़राबी निकाल लेगी। बंध पड़ जाने पर मिट्टी लगाने से मल-मूत्र इतने वेग-से होता है कि पिचकारी-सी चलती है, शरीर पर रोज़ मिट्टी मलने से खुजली, खाज, दाद आदि मिटाना बाएँ हाथ का खेल है। दर्द, जलन, हड़-फूटनी आदि में भी मिट्टी का लेप करने से जलन दर्द, आदि फौरन ही अच्छे होते हैं। मस्तिष्क पर लगाने से दिमाग़ तर हो जाता है। मिट्टी से जो घाव फोड़े-फुंसी अच्छे होते हैं, वहां दाग़ भी नहीं रहता। चेचक के दाग़ जिनके रह गए हैं वे अन्य स्वाभाविक उपचारों के साथ-साथ मिट्टी का उबटन रोज़ करेंगे, तो शर्तिया खड्डे भर कर खाल बराबर होगी; दाग़ सब मिट जावेंगे। इसी प्रकार जिनके हाथ-पांव गलने लगें उन्हें आपरेशन न करा कर मिट्टी की शरण लेनी चाहिए।

सभी प्रकार का बुख़ार मोतीझरा आदि व प्लेग आदि में पेट पर गीली मिट्टी का प्रयोग अत्यन्त गुणकारी है। बुखार की गर्मी मिट्टी खैंच लेती है, पेट को साफ़ कर देती है और प्राण बच जाते हैं।

स्त्रियों के बच्चा पेट में मर जाने पर गीली मिट्टी की पट्टी पेट पर रखने से बच्चा बड़े वेग से बाहर आजावेगा, इसमें संदेह नहीं है। अगर ओलनाल आदि न पड़ें तो मिट्टी की पट्टी से बाहर आ जावेंगे। इसी प्रकार ज़हरीले जानवर काटने पर डंक पर व आस-पास गीली चिकनी मिट्टी लगाने से दर्द दूर होकर आराम होगा। मिट्टी में जहर चूसने की बड़ी भारी ताकत है। बिच्छू, ततैया व सर्पदंश पर इसके प्रयोग ने आश्चर्यजनक प्रभाव दिखाया है।

इतना ही लिखकर इस समय खतम करता हूँ, वरना पुस्तक बड़ी बन जायगी। यदि पाठकों ने मेरा उत्साह बढ़ाया और यह संस्करण जल्दी बिक गया तो मैं किसी दिन भिन्न भिन्न रोगों पर उदाहरण देकर चित्रों सहित एक विस्तृत ग्रन्थ मिट्टी के प्रयोगों पर लिख कर आपकी सेवा में उपस्थित करुंगा। मिट्टी का भविष्य बहुत उज्वल है और चारों ओर से इसकी प्रशंसा हो रही है। परमात्मा से मेरी यही प्रार्थना है कि यह पुस्तक घर घर में जाकर घरवालों को व पड़ोसियों को सुखी बनावे और सभी प्रकार के रोगी इसका प्रयोग करके लाभ उठावें और रोज-रोज की फिजूलखर्ची, वैद्य, हकीम, डाक्टर, जर्राहों आदि की गुलामी से बचें और स्वयं अपने सभी रोग व कष्ट मिटा लें। ईश्वर यह शुभ समय शीघ्र लावे।

नोट—सभी प्रकार के रोगों की प्राकृतिक चिकित्सा के लिए मुझ से पत्र-व्यवहार करें, जवाब के लिए =) के टिकट भेजें; सफलता अवश्य होगी। जिन्हें मेरे कथन पर विश्वास न हो एक बार अवश्य परीक्षा करें।

नीम का थाना }
ता० ८ दिसम्बर १९३८ } युगलकिशोर चौधरी

६—वस्त्रों का स्वास्थ्य पर भयंकर प्रभाव।

पृष्ठ ४० मूल्य =) डाक -) (इसमें यह वर्णन है कि कपड़ों से शरीर का किस प्रकार सत्यानाश होता है और कपड़े, घर आदि कैसे होने चाहिएँ ?)

७—जल चिकित्सा अर्थात् पानी का इलाज।

पृष्ठ संख्या ६० मूल्य ।=) डाक -) (इसमें यह दिखाया गया है कि स्वाभाविक स्नान Natural Bath से ही सब रोग किस प्रकार अच्छे किए जा सकते हैं)

छप रही हैं—"पृथ्वी की अद्भुत रोग नाशक शक्ति" "बच्चों की चिकित्सा" "स्त्री रोग-चिकित्सा" प्राकृतिक चिकित्सा

आदि अनेक उपयोगी पुस्तकें लिखी जा रही हैं। पूरी मांग आते ही छपेंगी। पुस्तकें हर एक मनुष्य के बड़े काम की हैं। आज ही ३) मनीआर्डर से भेजकर हमारी ग्रंथ माला के स्थायी ग्राहक बनिए। घर बैठे सब पुस्तकें मिलेंगी। वी. पी. नहीं भेजी जाती है। एजेन्टों की आवश्यकता है।

सभी असाध्य व दीर्घ कठिन रोगों की चिकित्सा हमसे कराइए, फीस आदि के लिए लिखें।

पता—युगलकिशोर चौधरी-प्राकृतिक चिकित्सक
N. D. H. L. M. S. वैद्य मनीषि—
पो० नीमकाथाना (जयपुर स्टेट)

श्री० बा० दीनदियाल 'दिनेश' द्वारा आदर्श प्रेस, केसरगंज, अजमेर में मुद्रित

इत्यादि, इसी तरहसे अनेक बातोंमें बहुत उत्सूत्रोंसे बड़ा
अनर्थ किया है उसके सबका निर्णयतो "आत्मभ्रमोच्छेदन
भानुः" के अवलोकनसे अच्छी तरहसे हो जावेगा।

और न्यायाम्भोनिधिजीने 'जैनसिद्धान्त समाचारी' पुस्तकका
नाम रक्खा परन्तु वास्तवमें उत्सूत्र भाषणोंके और कुयुक्तियोंके
संग्रहकी पुस्तक होनेसे आत्मार्थी भव्यजीवोंके मोक्षसाधन
में विघ्नकारक और श्रीजिनाज्ञासे बालजीवोंकी श्रद्धाभ्रष्ट
करनेवाली मिथ्यात्वके पाखन्डकी भ्रमजालरूप हैं सो इसके
बनानेवालोंको, तथा ऐसी जाल बनानेमें संसारवृद्धिकी हेतु
भूत खूबही दलाली कोशिस करनेवालोंकों, और मिथ्यात्वको
बढ़ा करके संसारमें भ्रमानेवाली ऐसीजाल प्रगट करनेमें
श्रीभावनगरकी श्रीजैनधर्मप्रसारकसभाके मेम्बरलोग उस समय
आगेवान् हुए जिन्होंको, और इसके बनानेकी खुसीमानकर
अनुमोदना करनेवालोंको और इसी मुजब अन्धपरंपराके
गड्डरीह प्रवाहकी तरह चलकर श्रीजिनाज्ञानुसार सत्यबातों
की निन्दा करनेवालोंको, श्रीजिनेश्वर भगवान्की आज्ञाके
आराधक सम्यक्त्वी आत्मार्थी जैनी कैसे कहे जावे इस बातको
तत्त्वग्राही मध्यस्थ सज्जनस्वयं विचारलेवेंगे—

और शास्त्रोंकेविरुद्ध उत्सूत्रप्ररूपणा करनेवालेको मिथ्यात्वी
अनन्त संसारी अनेकशास्त्रोंमें कहाहै और न्यायाम्भोनिधिजी
नाम धारक श्रीआत्मारामजीने तो एक 'जैनसिद्धान्त समाचारी'
नामक पुस्तकमें इतने शास्त्रोंके विरुद्ध लिखके इतने उत्सूत्र
भाषण किये हैं तो फिर पहिले ढूंढकमतकी दीक्षामें और
अन्यकार्योंमें कितने उत्सूत्रभाषण करकेकितने शास्त्रोंकेविरुद्ध
प्ररूपणाकरी होगी जिसके फल विपाकका कितना अनन्त
संसार कढ़ाया होगा सो तो श्रीज्ञानीजी महाराज जाने।